ЛИТЕРА-ДЕТЯМ!

Первые шаги

от 0 до 3 лет

О. И. Крупенчук

Ладушки

Пальчиковые игры для малышей

- Развитие мелкой моторики
- Улучшение координации движений
- Полезные игры

ЛИТЕРА

SHOUT
SHARE
IT

- ЛАДУШКИ
  -
  - ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!
  - "УТИ-УТИ"
  - "ЛАДУШКИ"
  - "СОВУШКА-СОВА"
  - "КОЛПАК"
  - "Мышонок"
  - "ГУСИ-ГУСИ"
  - "ОПЯТА И РЕБЯТА"
  - "ПРО БАБКУ"
  - "СОРОКА-БЕЛОБОКА"
  - "Чижик-пыжик"
  - "ЦАРЁВ ДВОР"
  - "ГРЕКА И РАК"
  - "МАЛЬЧИК С ПАЛЬЧИК"
  - "СОРОКА-ВОРОНА"
  - "ДВА МЕДВЕДЯ"
  - "КУЛАЧОК"
  - "ТУК-ТУК"
  - "БАРАНЫ"
  - "МУХА"
  - "Цыплятки"
  - "ЛЕБЕДЬ БЕЛАЯ"
  - "ДЯТЕЛ"
  - "ЗАСЫПАЛОЧКА"
  - "УКАЗОМКА"
  - "УЛИТКА"
  - "БОРОВИЧОК"
  - "КУЛИЧИКИ"
  - "ПАЛЬЧИКИ"
  - "КУЛАЧКИ"
  - "ЗАЙКА И ЁЖИК"

ЛАДУШКИ

Пальчиковые игры для малышей

ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!

Потешки — это стихи и движения, вид народной игры, забавления ребёнка, ещё не говорящего, но уже понимающего речь. Игры , которая не только приятна, но и очень полезна для ребёнка.

Эта игра сочетает прослушивание (а потом и проговаривание) стихотворения с выполнением определённых движений.

Мы предлагаем вам движения на уже известные народные тексты (см.: Котенька-коток: Русский детский фольклор Карелии. — Петрозаводск: Карелия, 1991; Русские народные детские песенки/ В обработке Г. Науменко. — М.: Дом, 1990; Е. В. Первушина. Развивающие игры для детей от рождения до 1 года. — СПб., Литера, 2001) и новые стихи с движениями.

Начинать играть с ребёнком можно с колясочного возраста. Сперва все движения взрослый делает руками малыша. По мере освоения движений ребёнок начинает делать их сам, а взрослый только проговаривает. Постепенно ребёнок сможет и проговорить и сделать все предлагаемые в этой книжке упражнения сам. Это очень полезно для малыша: такие занятия развивают координацию движений кистей и пальцев рук, а значит, помогают развитию речи и мышления.

Кроме того, потешки могут включаться в комплекс упражнений для малыша или могут начинать и заканчивать сеансы массажа.

Поскольку многие дети (да и взрослые) лучше воспринимают зрительный образ, стихи сопровождаются пояснительными рисунками-схемами. Для удобства мы обозначили большой палец руки как 1 -й, указательный — 2-й, средний — 3-й, безымянный — 4-й, а мизинец — 5-й.

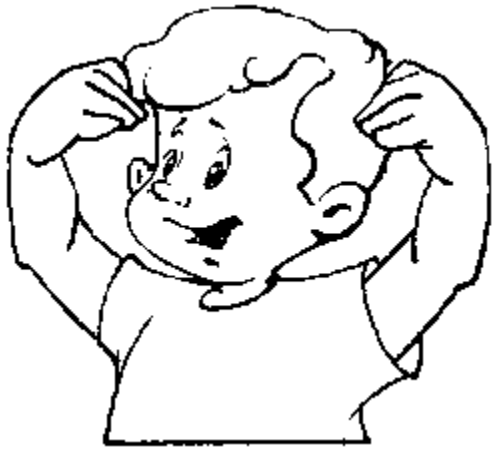
Весёлых вам игр и счастливых минут с вашим ребёнком!

"УТИ-УТИ"

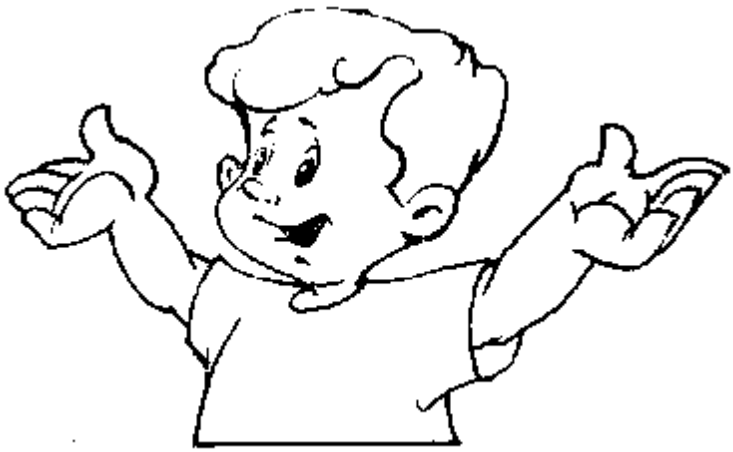
Ути-ути, полетели,

Машем руками ребёнка.
На головушку сели.

Кладём ладони ребёнка ему на голову.
Поклевали, поклевали



"Клюём» голову ребёнка его пальцами.
И домой улетали.

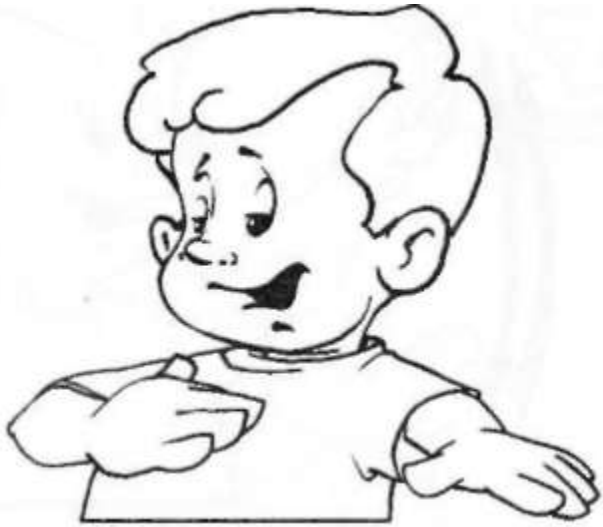


Руки с головы "слетают.

"ЛАДУШКИ"

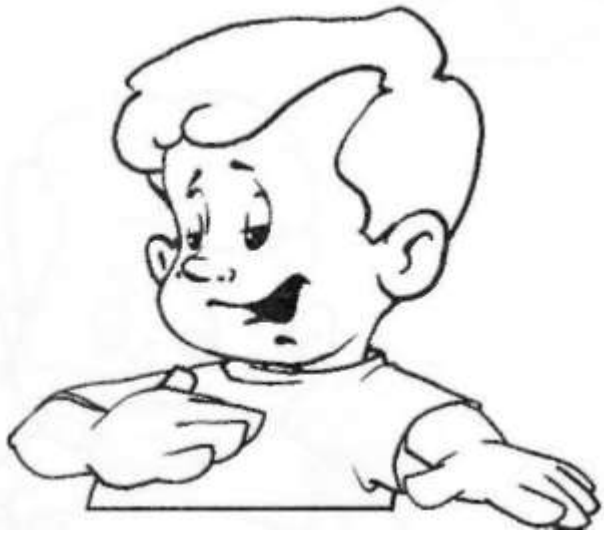
— Ладушки-ладушки,Где были?
— У бабушки.
— Что ели?
— Кашку.
— Что пили?
— Бражку.

Хлопаем в ладоши на ударных слогах.
Кашка сладенька,



Гладим рукою ребёнка его животик.
Бабушка добренька.

Гладим рукой ребёнка его голову.
Попили-поели



Снова проводим рукой ребёнка по его животу.
И домой улетели.

"Улетаем".

"СОВУШКА-СОВА"

Совушка-сова, большая голова,
На суку сидит,
Во все стороны глядит —

Руки ребёнка обнимают его лицо и плавно поворачивают голову влево-вправо.

Да вдруг как полетит!

"Улетаем".

"КОЛПАК"

Колпак под колпаком, Под колпаком — колпак.

Ладони слегка согнуты. Кладём одну поверх другой (это — "колпаки"), потом меняем.

"Мышонок"

Сел мышонок на маслёнок,

Ладонь правой руки накрывает кулак левой.
А маслёнок — липкий гриб.

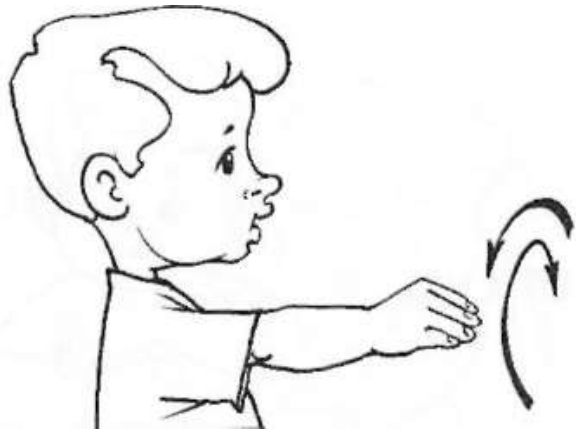
Кулак левой руки вращается вокруг своей оси.
Посидел на нём мышонок

Поелозить ладонью правой руки по кулаку левой.
И прилип, прилип, прилип.

"Отрываем" ладонь от кулака, а она держится, плотно обхватив кулак левой.

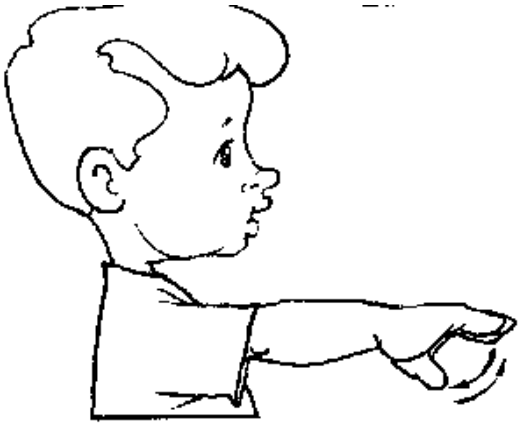
"ГУСИ-ГУСИ"

— Гуси-гуси!



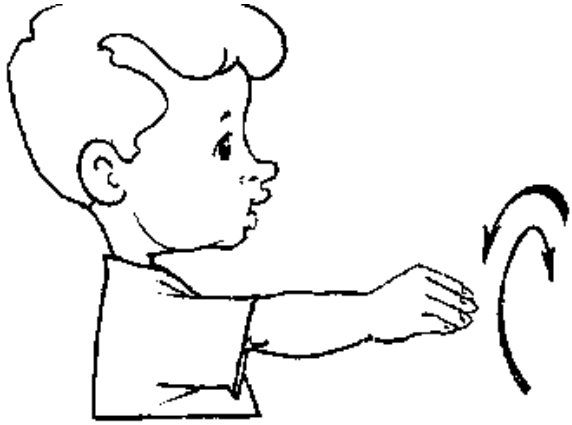
Прямые пальцы собраны. Рука вращается вокруг своей оси.

— Га-га-га!

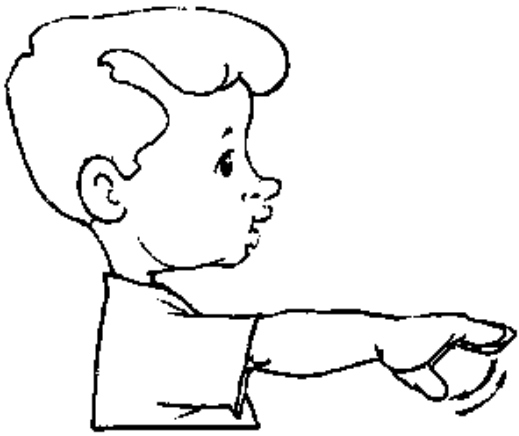


Большой палец опускается - поднимается относительно остальных.

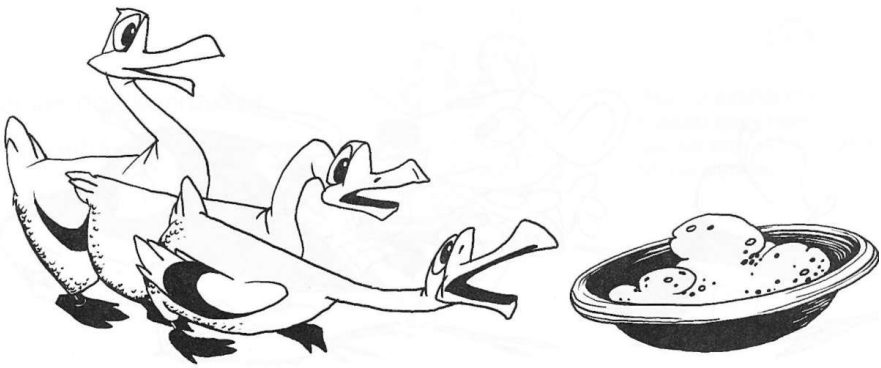
— Есть хотите?



Прямые пальцы собраны. Рука вращается вокруг своей оси.
— Да-да-да!



Большой палец опускается - поднимается относительно остальных.

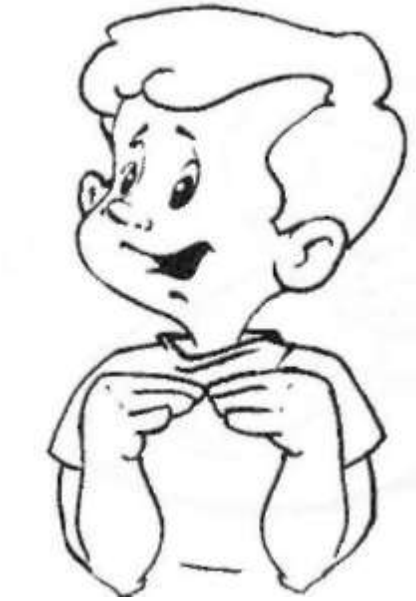


"ОПЯТА И РЕБЯТА"

На пеньке

Показываем "пенёк".
Пять опят,

Левая рука показывает пять раскрытых пальцев.
У пенька



Снова показываем "пенёк".

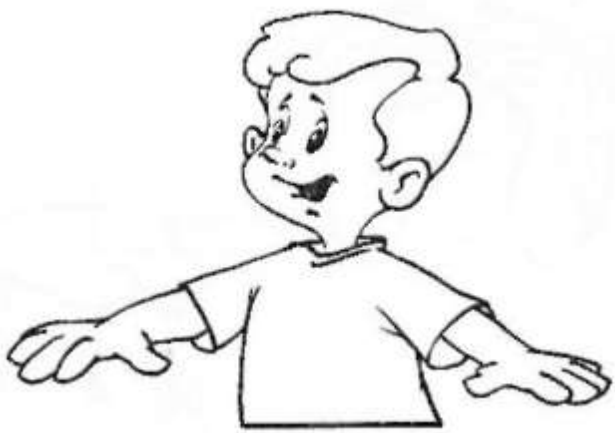
Пять ребят.

Правая рука показывает пять раскрытых пальцев.

"ПРО БАБКУ"

"Жила-была бабка,

"Руки в боки".
Да жила у речки.

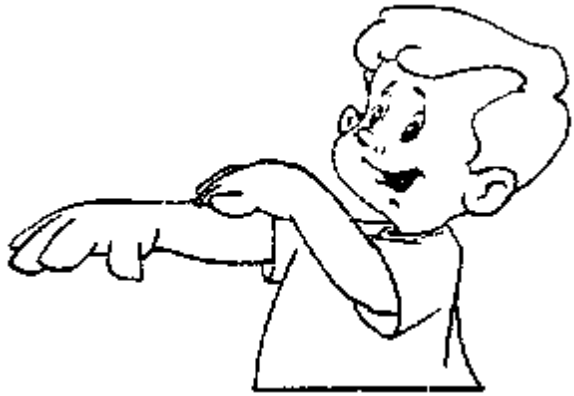


Разводим руки в стороны ладонями вниз, изображая речку.
Захотелось бабке

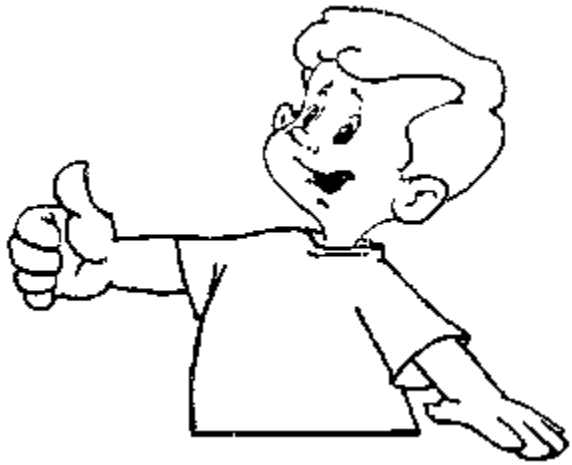
Снова "руки в боки".
Искупаться в речке.

Изображаем плавание брассом.
И купила бабка

"Руки в боки"
Мыло и мочало".



Одна рука вперёд — это "мочало", другая — "намыливает".
Эта сказка хороша, Я начну сначала:



Правая рука в кулаке, большой палец вверх.
"Жила-была бабка..."

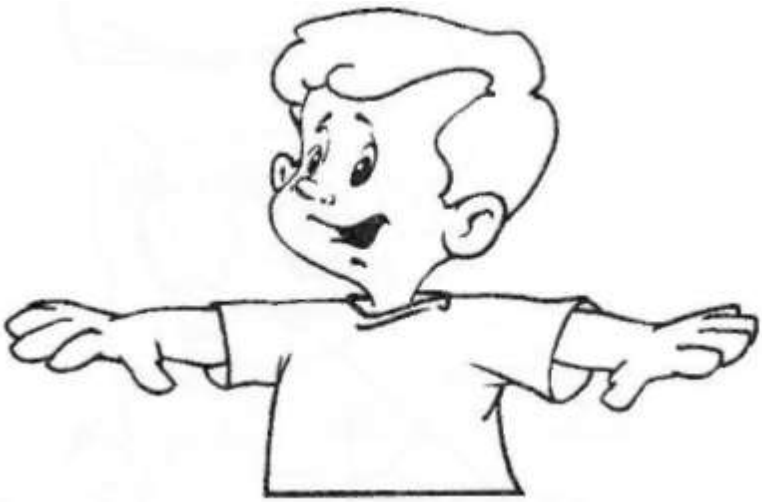
"Руки в боки".

"СОРОКА-БЕЛОБОКА"

Ты, сорока-белобока,

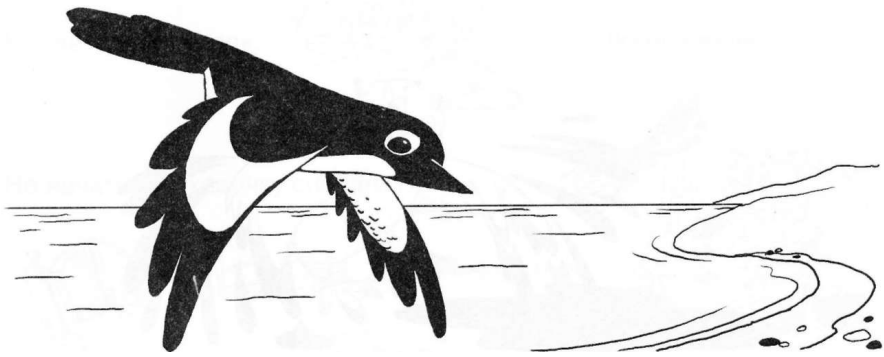
"Машем крыльями".
Научи меня летать,

Руки вверх.
Ни высоко, ни далёко -



Руки в стороны.
Только море увидать.

Ладонь "козырьком" ко лбу.

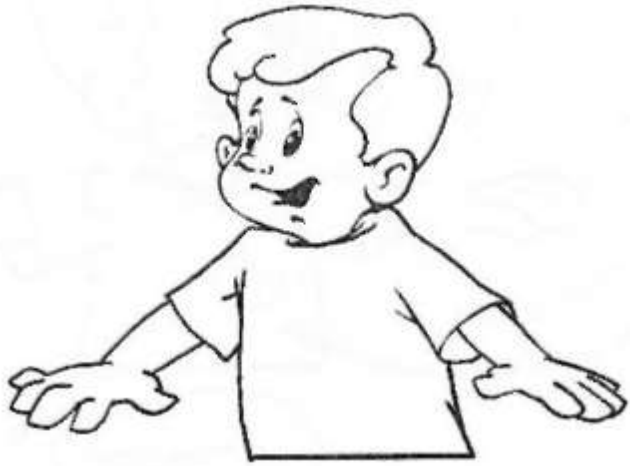


"Чижик-пыжик"

— Чижик-пыжик,где ты был?

Грозим пальцем.
— Я на речке руки мыл.

"Моем руки".
Ветер дунул — я упал,



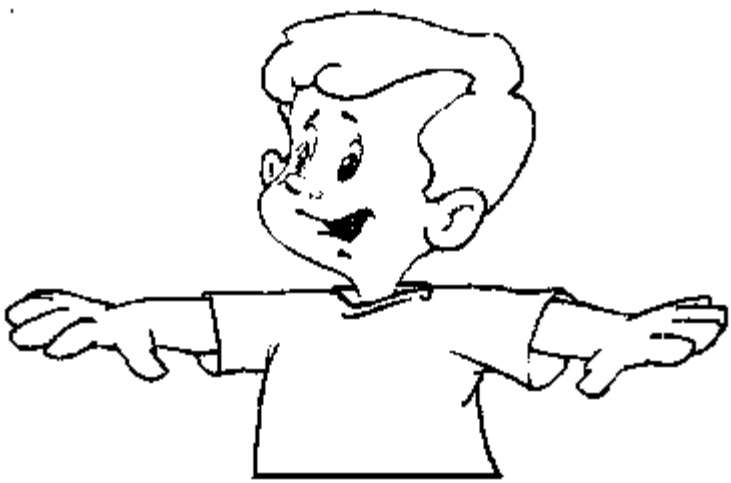
Растопыриваем пальцы и опускаем ладонями вниз.
В луже руки замарал.

Отряхиваем руки друг о друга.

"ЦАРЁВ ДВОР"

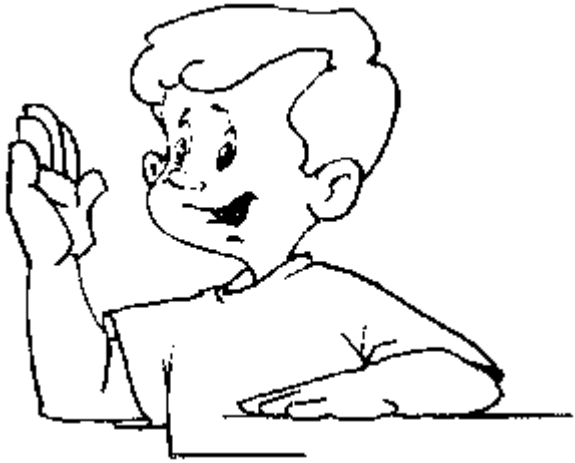
Обе руки приставляются к вискам основаниями ладоней. Ладони выпрямлены — "корона".

У царя был двор.



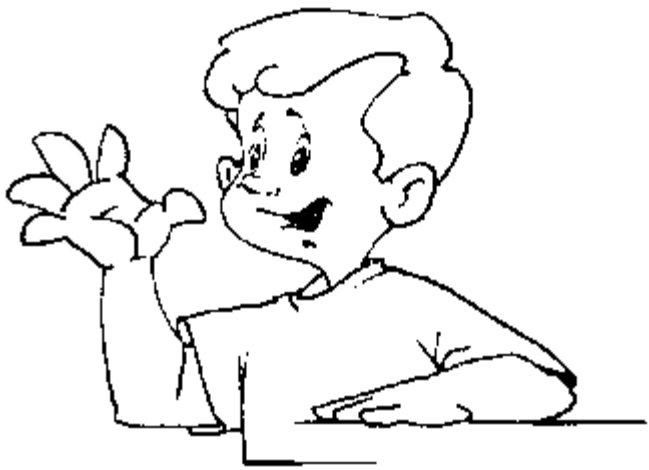
Руки разводятся на уровне груди — изображаем "двор"

На дворе был кол,



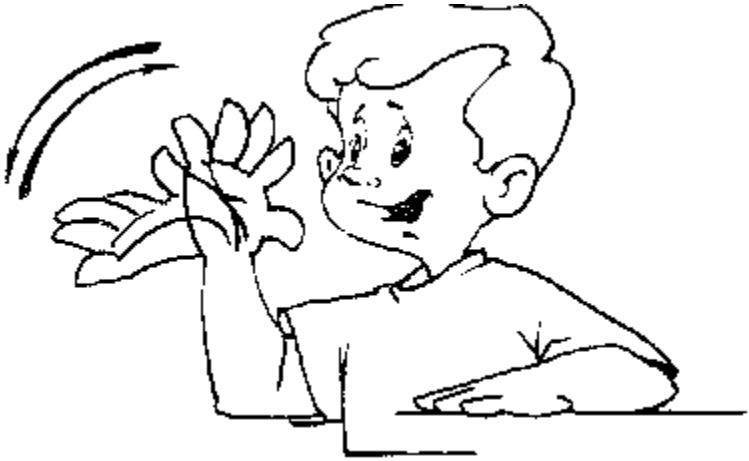
Одна рука ставится на локоть, пальцы вверх, сжаты, ладонь прямая.

На колу — мочало,



Развести пальцы.

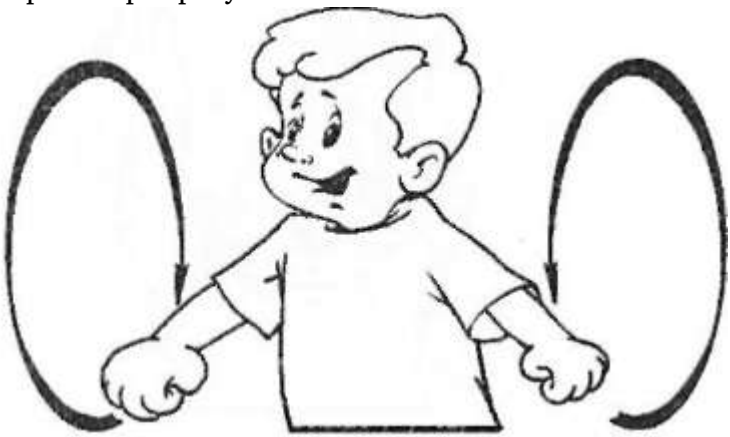
Его ветром качало.



Покачать кистью.
Не начать ли сказочку сначала?

"ГРЕКА И РАК"

Ехал Грека через реку.



Кисти сжаты в кулаки, обе руки делают круг.

Видит Грека: в реке рак,

Изображаем рака — все пальцы прямые, а большие соединяются - расходятся с остальными.

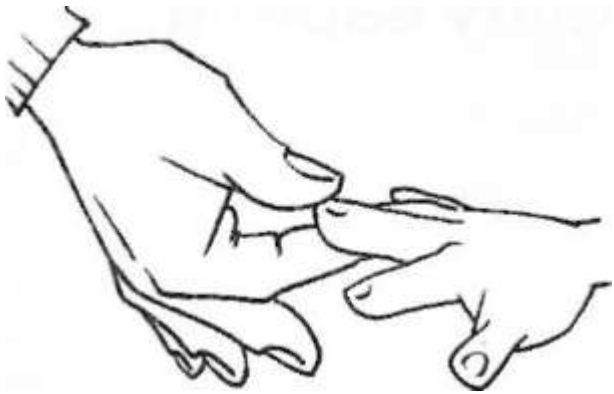
Сунул Грека руку в реку

Одну руку опустить вниз.
Рак за руку Греку цап!

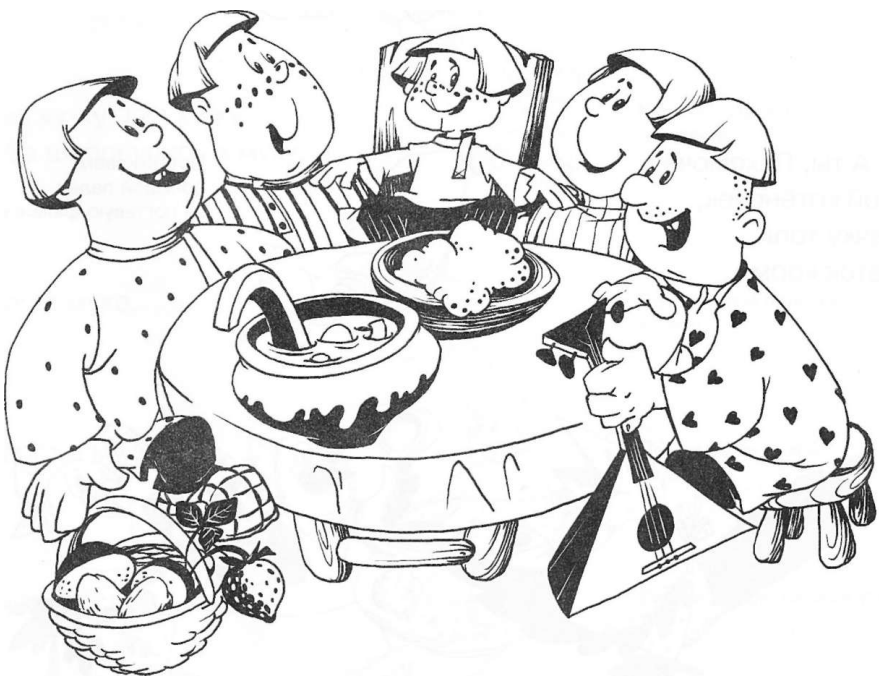
Другой — схватить опущенную руку.

"МАЛЬЧИК С ПАЛЬЧИК"

Мальчик с пальчик, где ты был?
С этим братцем в лес ходил, С этим братцем щи варил,
С этим — кашу ел,
С этим братцем песни пел.



Перебираем пальцы ребёнка по одному на каждую строчку, слегка потряхивая за ногтевые фаланги.



"СОРОКА-ВОРОНА"

Сорока-ворона кашу варила,
Деток кормила.

Водим своим указательным пальцем по тыльной стороне ладони ребёнка кругами.

Этому дала в ложку, 5-й
Этому — в поварёшку, 4-й
Этому — в горшок, 3-й
Этому — в вершок. 2-й

Загибаем пальцы ребёнка(кроме большого) по одному к ладони.

— А ты, Пахомочек,

— 1-й Мой котёночек,
— Печку топи,
— Деток корми.

Потряхиваем большой палец за ногтевую фалангу.

"ДВА МЕДВЕДЯ"

Сидели два медведя
На тоненьком суку:

Руки согнуты в локтях (сжаты в кулаки), прижаты к туловищу. Ребёнок покачивается из стороны в сторону.

Один читал газету,

Разводим руки в стороны как при чтении газеты.

Другой молол муку.

Стучим одним кулаком по другому.
Раз ку-ку, два ку-ку — Оба шлёпнулись в муку.

Кулаки "падают" на колени.
Нос в муке,

Показываем пальцем на нос.
Хвост в муке,

Показываем рукой за спину.
Ухо в кислом молоке.

Берёмся пальцами за ухо.

"КУЛАЧОК"

Сначала выполняем упражнение одной рукой, потом — обеими синхронно.

Руки ребёнка лежат на коленях ладонями вниз.

Как сожму я кулачок

Сжимаем руку в кулак.

Да поставлю на бочок,

Ставим кулак большим пальцем вверх.

Разожму ладошку,

Распрямляем кисть.
Положу на ножку.

Рука кладётся на колено ладонью вниз.

"ТУК-ТУК"

— Тук-тук-тук!

Три удара кулаками друг о друга.
— Да-да-да!

Три хлопка в ладоши.
— Можно к вам?

Три удара кулаками друг о друга.
— Рад всегда!

Три хлопка в ладоши.

"БАРАНЫ"

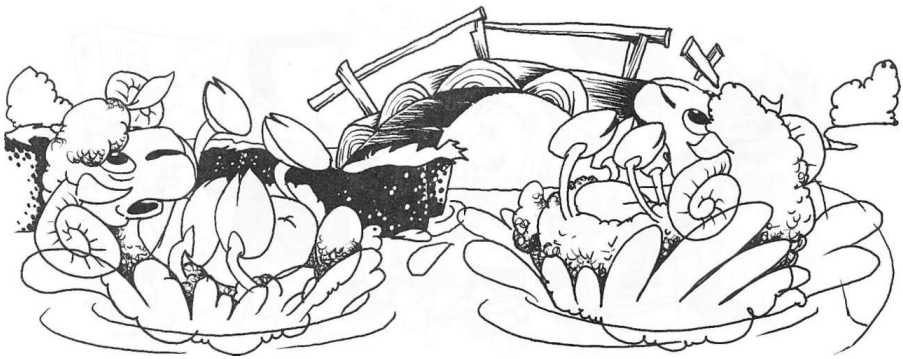
Так бодались два барана

Оба кулака "бодаются".
На мосточке утром рано.

Хлопки на ударные слоги.
Уступить не захотели —

Снова "бодаются".
Вместе в речку полетели.

Ладони "уронить" на колени.



"МУХА"

Вот летела муха,

Правая рука "машет" четырьмя пальцами.
На варенье села,

Правая ладонь шлёпается сверху на левую.
Вымазала брюхо —

Ладони вращаются относительно друг друга.
Дальше полетела.

Правая рука "машет" дальше, а левая остаётся на месте.

"Цыплятки"

Зёрна курочка клюёт,

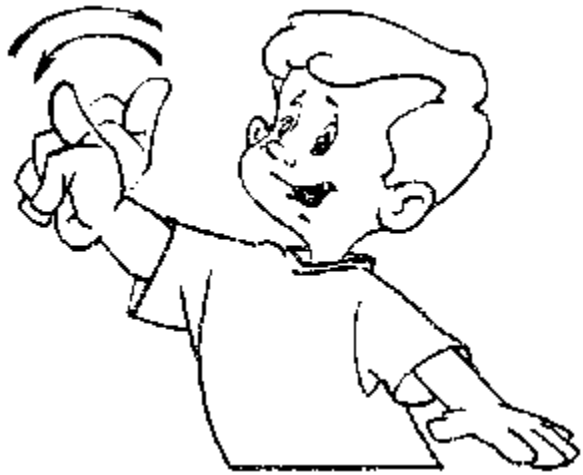
Обе ладони вместе, отклоняются от себя.

И цыплятки тут как тут.

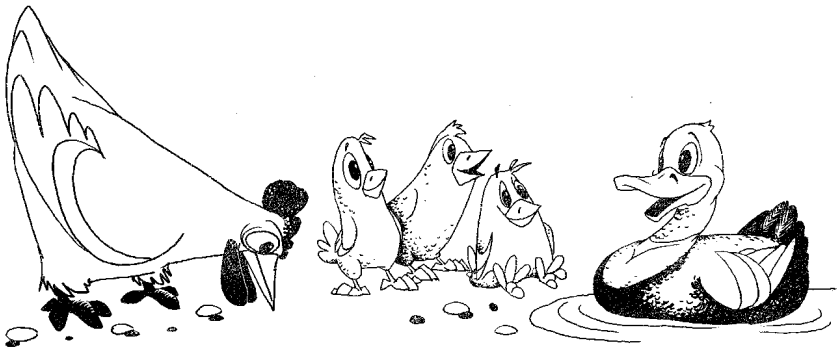
Обе руки поочерёдно "клюют" всеми пальцами, собранными вместе.

В воду уточка нырнет,

Руки, соединённые указательными пальцами, "ныряют" от себя. А цыплятки не нырнут.

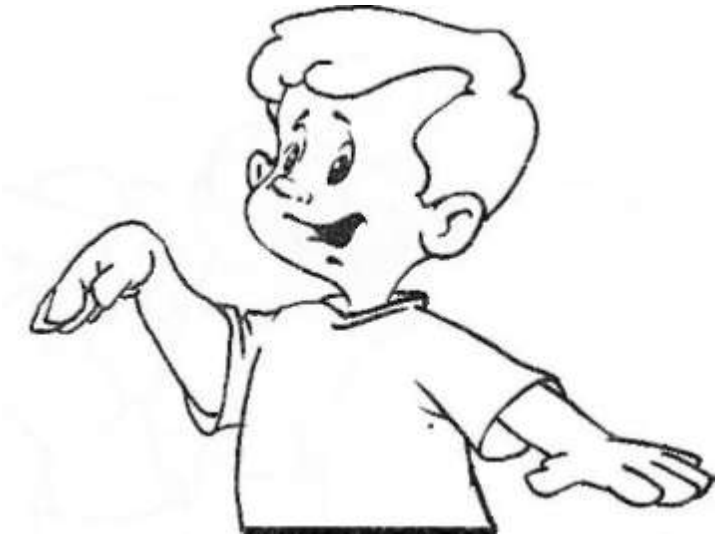


Большой палец держит средний, безымянный и мизинец, указательный выпрямлен. Рука покачивается из стороны в сторону — грозим пальчиком.



"ЛЕБЕДЬ БЕЛАЯ"

Лебедь белая плывёт
Шею изгибает.



Рука изображает лебедя.

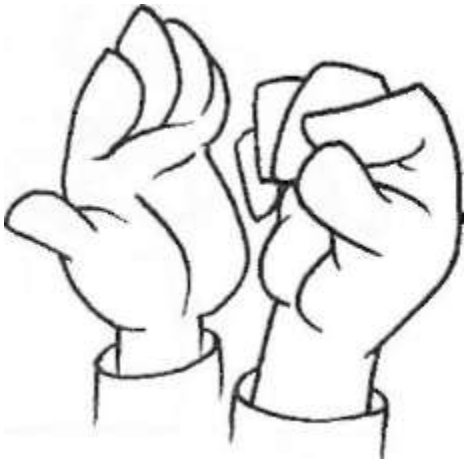
А захочется в полёт -
Крылья расправляет.

Руки соединены основаниями ладоней. Пальцы постепенно

расходятся, но основания ладоней не размыкаются.

"ДЯТЕЛ"

Дятел дерево долбит:
Тук-тук-тук.



Левая ладонь прямая — это "дерево", правая — все пальцы собраны — это "дятел". Правая стучит в левую.

Целый день в лесу стоит:
Стук, стук, стук.

Смена рук. Левая стучит в правую.

"ЗАСЫПАЛОЧКА"

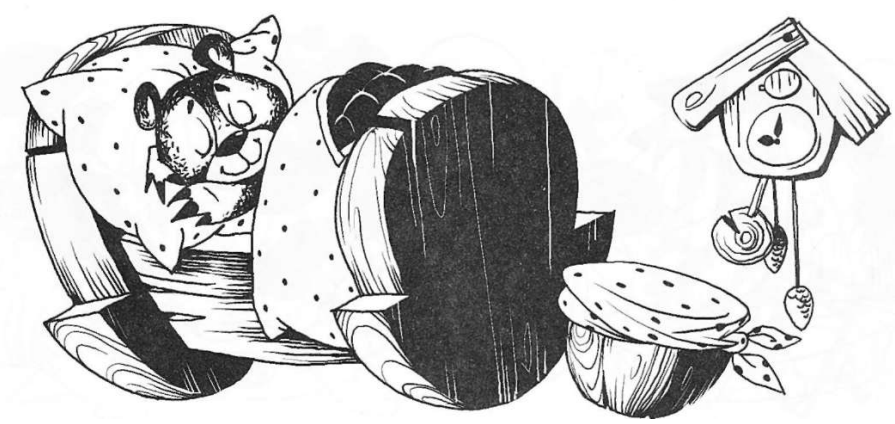
На подушку головой —

Ребёнок ложится.
Глажу, глажу лобик свой.

Поглаживаем лоб.
Глазки закрываю,

Закрываем глаза ладонями ребёнка.
Быстро засыпаю.

Руки ладонями вместе положены под щёку. Глаза закрыты.



"УКАЗОМКА"

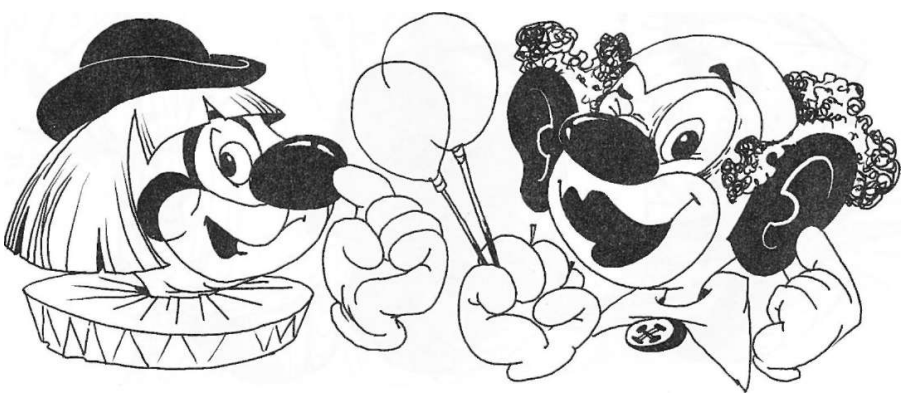
Ротик мой умеет кушать,

Показываем пальцем ребёнка на губы.
Нос — дышать, а уши — слушать

Показываем на нос, на ухо.
Могут глазоньки моргать,

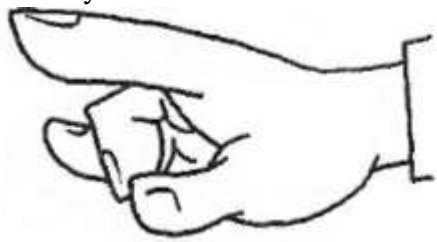
Поморгать.
Ручки — всё хватать, хватать.

Хватательные движения пальцами: раскрытые ладони — пальцы в кулаки.



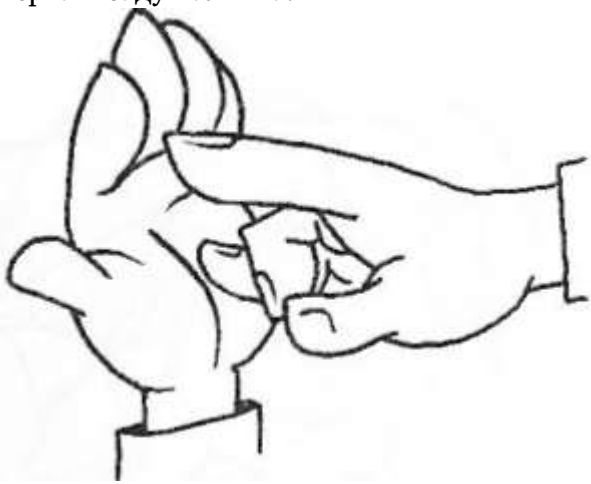
"УЛИТКА"

Тычет рожками улитка



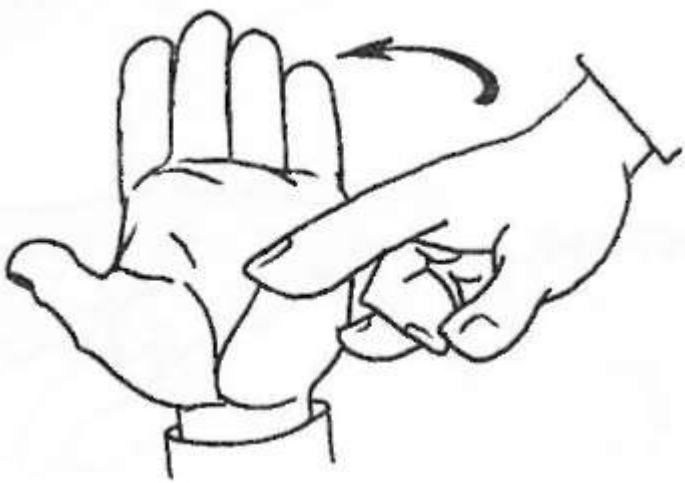
Правая рука: большой палец придерживает средний и безымянный. Указательный палец и мизинец — прямые.

Заперта в саду калитка.

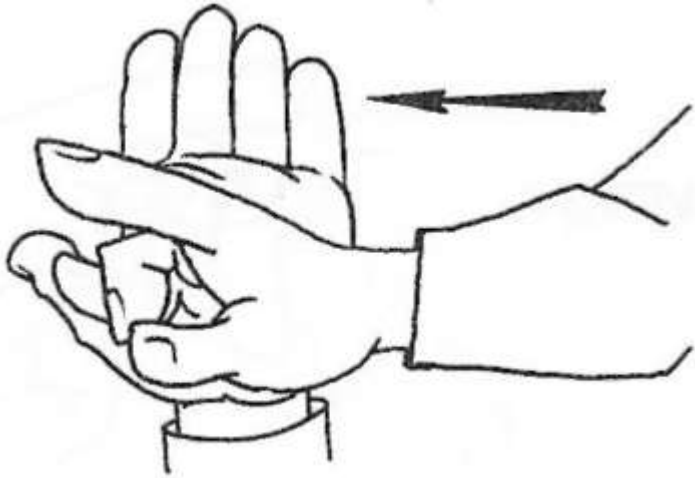


Тычет "рожками" в ладонь левой руки.

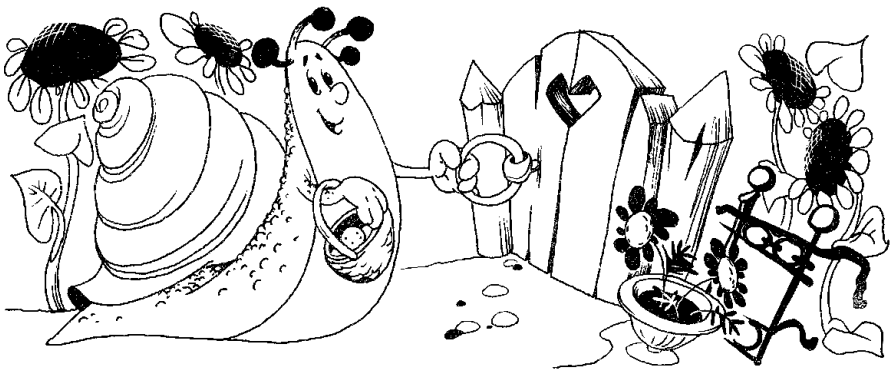
Отвори скорей калитку,



Левая рука "открывает калитку".
Пропусти домой улитку.



Правая рука "проползает"



"БОРОВИЧОК"

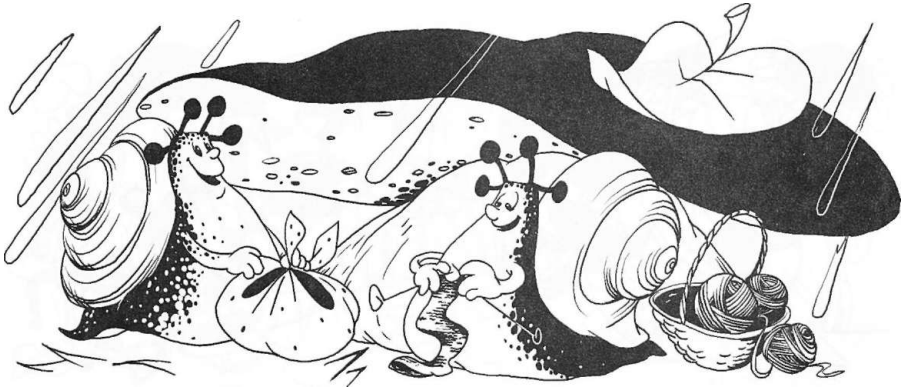
На полянке — толстячок

Правая рука сжата в кулак.
Это — гриб-боровичок.

Ладонь левой руки накрывает правую руку.
А под ним, собрав пожитки,

Левая рука остаётся сверху.
В дождик прячутся улитки.

Правая рука — "улитка".



"КУЛИЧИКИ"

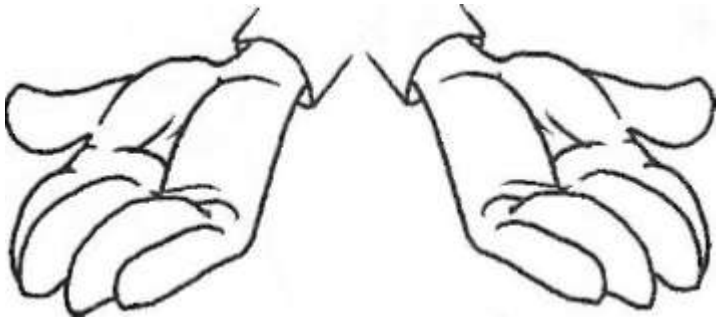
Лепим мы куличи,

Ладони кладутся крест-накрест то левой, то правой рукой сверху.

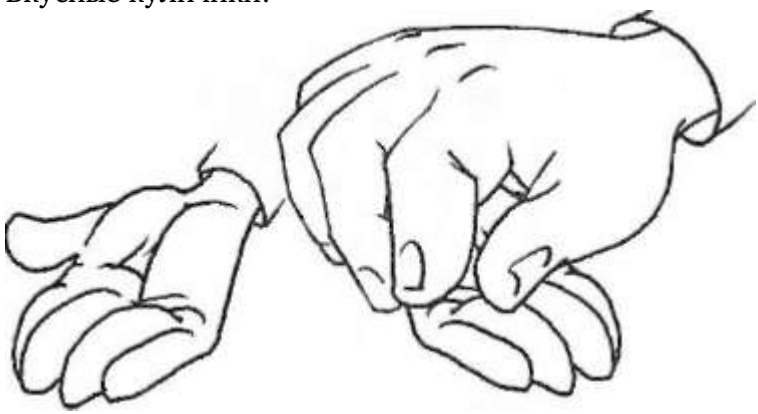
Круглые, как личики.

Ребёнок обводит обеими руками овал своего лица.

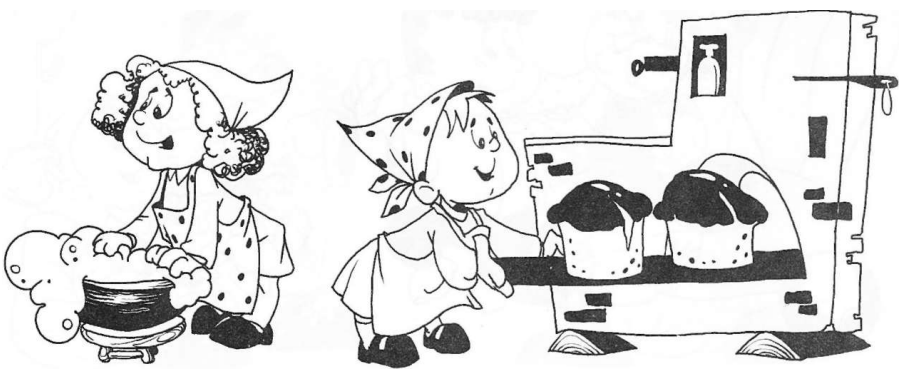
Получи из печи



Сначала раскрываем левую руку ладонью вверх, затем правую.
Вкусные куличики!



Взрослый кладёт сверху свою руку "горкой" сначала на левую руку ребёнка, затем на правую.



"ПАЛЬЧИКИ"

Мы с *(имя ребёнка)* играем, 5-й
Пальцы все перебираем: 4-й
Этот пальчик — всех длинней, 3-й
Этот пальчик — всех умней, 2-й
Этот пальчик — всех короче, 1-й
Этот — стать побольше хочет, 1-й
Этот — знает все игрушки, 2-й
Этот — ушки на макушке, 3-й
Этот — прячется в тенёк, 4-й
Этот — маленький сынок. 5-й

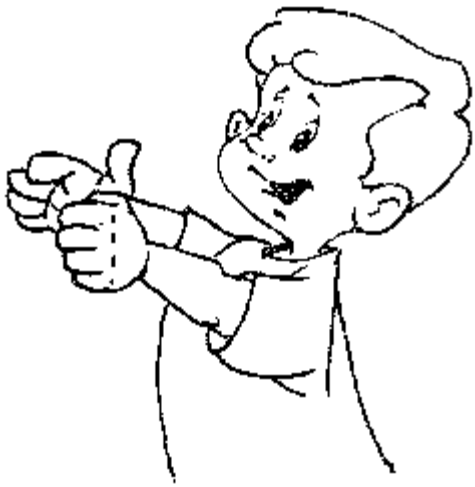
Несильно разминаем ребёнку подушечки пальцев (ногтевые фаланги). Большой палец взрослого ставится подушечкой на ноготь ребёнка, и подушечка ребёнка "перебирается" между большим и указательным пальцами взрослого.

"КУЛАЧКИ"

Раз — кулак,

Левая ладонь прямая, правая прикладывается к ней сжатым кулаком.

Два — кулак.

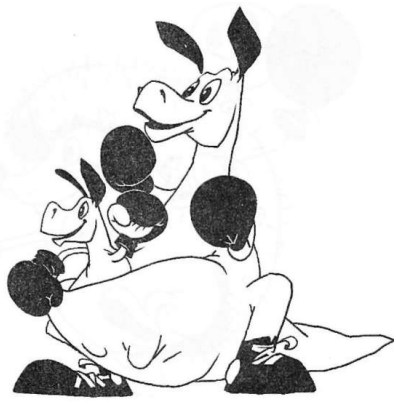


Смена рук.

Ты умеешь

Смена рук.
Быстро так?

Смена рук.



"ЗАЙКА И ЁЖИК"

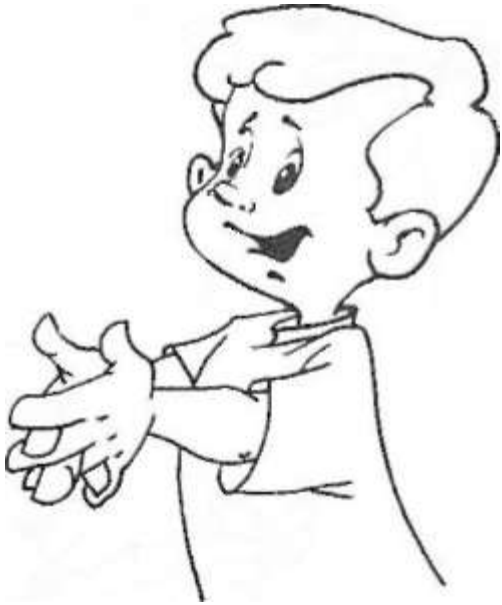
Зайка — ушки на макушке —

Обе руки — "на макушке" (у висков). Указательный и средний пальцы — прямые, большой придерживает безымянный и мизинец. Можно сгибать указательный и средний пальцы.

Скачет, скачет по опушке.

Обе руки на уровне груди, все пальцы щепотью вниз — "лапки".

А за ним колючий ёжик Шёл по травке без дорожек.



Пальцы обеих рук растопырены, руки соединены ладонями, пальцы переплетены, не сгибаются, но шевелятся — как иголки идущего ёжика.

www.litera.spb.ru